ハート日誌2

取扱説明書

はじめに

ダウンロードしていただき　ありがとうございます。
ハート日誌 2 は血圧データを管理・印刷するソフトです。
日々の血圧の状況を把握して血圧コントロールにお役立てください。

特徴

過去 10 年分のデータを記憶します。
グラフ目盛が可変で最低 30～　最高～220　まで段階的に高い人,低い人にも対応します。
一日 3 回計測まで行えます。
朝晩別グラフ,移動平均の表示など自由にカスタマイズできます。
数値はマウスだけで入力できます。一週間分などまとめて入力することもできます。
医療機関に提出するために当月のデータは直近の印刷できます。
体重、服薬状況なども管理できます。血液検査など検査履歴を管理できます。

インターネットへの接続

プログラム起動時にバージョンアップなどの情報を取得するため
http://www.bekkoame.ne.jp/ha/forty/WebInfo2-2.txt
のページをダウンロードします。
また　ソフト終了時に　広告ページを表示します。　ご理解ご協力をお願いします。

動作環境

OS	Windows10　/Windows8.1　/　8　/　7　/　vista　/　XP
CPU/Memory	上記　OS が推奨する環境以上
ディスプレイ	1024×768 ドット以上を対象にしています。

※Windows8.1 で開発し、最適化しているため他の OS だと見にくい場合があります。

ファイル内容

ダインロードしたファイルを解凍します。

Heart2.zip → heart2 ┬ Setup.exe　　インストールファイル
　　├ 取扱説明書.pdf　　本書
　　└ はじめにお読みください.txt

もくじ

1 基本画面 5

2 記録 6

2.1 年月ボタン 6

2.2 平均値表示 7

2.3　記録表 7

2.4 記入 8

2.4.1　時刻 8

2.4.2 測定値 9

2.4.3 平均入力 10

2.4.4 体重入力 10

2.4.5　チェック項目 11

2.4.6　コメント 11

2.4.7　連続入力 12

2.4.8　マウスホイール入力 12

3 グラフ 13

3.1　　年月ボタン 13

3.2　日付幅スケール 14

3.3　血圧スケール 14

3.4　目標値 14

3.5　体重スケール 14

3.6　BMI 表示 15

3.7　表示切替ボタン 15

3.7.1 朝・晩 15

3.7.2　平均血圧・脈圧 16

3.7.3　移動平均 16

3.7.4　BMI 17

3.7.5　詳細表示 18

3.7.6　印刷との連動 18

4 長期グラフ 19

4.1 移動平均の期間 19

4.2 表示切替 19

4.3 印刷連動 19

5 検査履歴 21
5.1 検査記入 22
5.1.1 検査日 22
5.1.2 データ入力 22
5.1.3 項目編集 23
5.1.4 項目設定 23

6 印刷 24
6.1 ドキュメントビューアー 24
6.1.1 ツールバー 25
6.1.2 印刷ダイアログ 25
6.2 計測データ印刷 26
6.2.1 月別チェック 27
6.2.2 2か月 27
6.2.3 計測データ 1 28
6.2.4 計測データ 2 29
6.3 長期グラフ 30
6.3.1 A4 通常 31
6.3.2 ポケット版 32
6.4 記録用紙 33
6.4.1 記録用紙 1 A4 33
6.4.2 記録用紙 2 B5 34
6.4.3 記録用紙 3 34
6.5 検査履歴 35
6.6 お薬手帳 36
6.6.1 本人情報 37

7 ユーザー 38
7.1 ユーザー設定 38

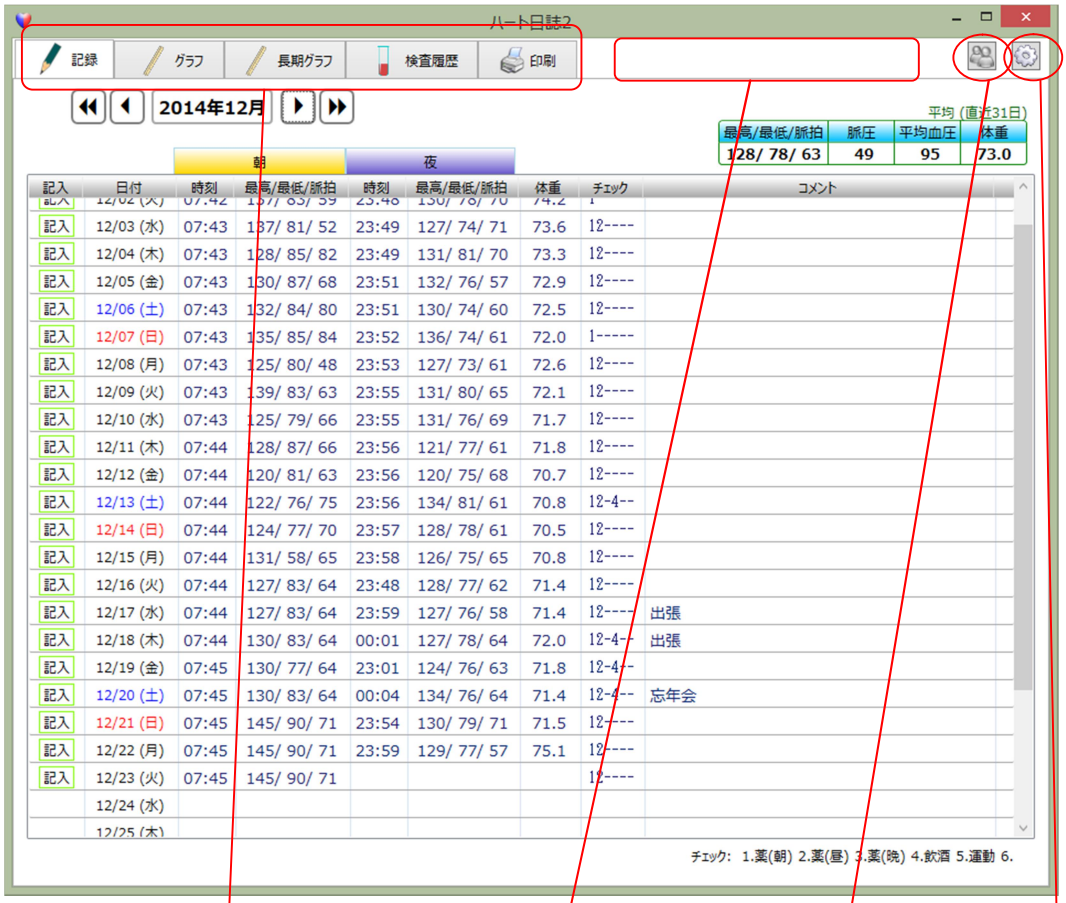
8 オプション 40
8.1 ユーザー 40
8.1.1 目標値 40
8.1.2 印刷氏名 41
8.1.3 チェック項目名称 41
8.1.4 サブグラフ 41
8.1.5 ウエイト日誌・連動 42
8.1.6 計測回数 42
8.1.7 休日設定 43

8.2　オプション 44
8.2.1 バックアップする 44
8.2.2 毎回バックアップ 44
8.2.3 情報サーバー 44
8.1.4 保存フォルダー 44

8.3　バージョン 45

9.その他 46
9.1　メッセージ 46

1.基本画面



タブ 記録/グラフ/印刷の機能を選択します。

メッセージ バージョンアップ情報などを表示します

ユーザー選択ボタン ユーザーの切り替え/登録を行います

オプションボタン 血圧の範囲・目標値などを設定します

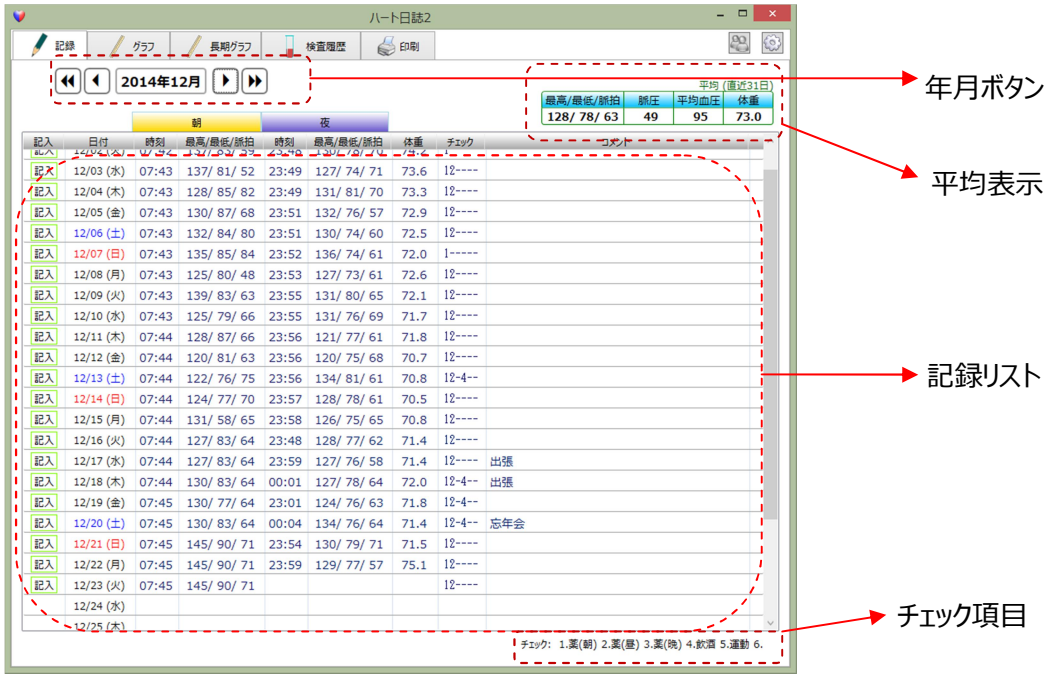
記録	血圧表の表示・記入を行います。
グラフ	血圧表からグラフを表示します。
長期グラフ	2～12 か月の血圧グラフを表示します。
検査履歴	血液検査などの検査結果を表示・記入を行います。
印刷	計測データ,記録用紙などを印刷します。

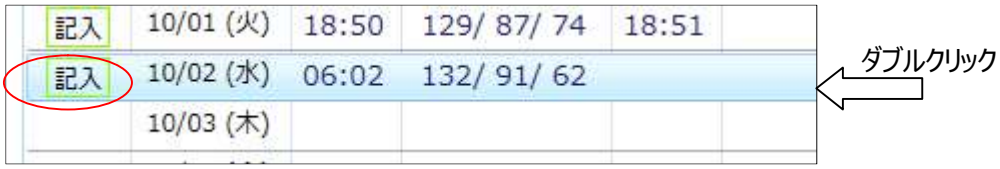
2 記録

入力データを表形式で表示します。

データの入力を行います

各月の平均値を表示します。





記入ボタンをクリックするか、選択した行をダブルクリックすることで入力します。

2.1 年月ボタン

表の月をコントロールします

↑ ↑ ↑ ↑

前の年 前の月 次の月 次の年

前 10 年分の移動ができます。

来月/来年へは移動できません。

2.2 平均値表示

平均 (直近31日)

最高/最低/脈拍	脈圧	平均血圧	体重
128/ 78/ 63	49	95	73.0

平均値は　指定月が今月の場合　直近の 31 日が対象になります。その他は
1 日から月末までの平均値を計算します。

脈圧とは　最高血圧 - 最低血圧の値です。
平均血圧とは　最低血圧 +（最高血圧 - 最低血圧）/　3

※　脈圧と平均血圧は、動脈硬化や心筋梗塞などのリスクの判断材料になります。

2.3　記録表

		朝		夜				
記入	日付	時刻	最高/最低/脈拍	時刻	最高/最低/脈拍	体重	チェック	コメント
記入	09/10 (火)	06:24	134/ 88/ 77	23:59	134/ 83/ 71	69.0	12----	
記入	09/11 (水)	08:48	136/ 88/ 78	22:54	131/ 81/ 79	68.0	12-4--	出張
記入	09/12 (木)	08:44	142/ 91/ 77	23:20	134/ 75/ 70	69.2	12----	
記入	09/13 (金)	08:45	142/ 93/ 73	23:42	130/ 80/ 83	68.0	12----	
記入	09/14 (土)	10:28	128/ 94/ 86	00:22	139/ 88/ 66	68.1	12----	

[記入] ボタン　クリックしてデータを入力します
日付　　計測日を表示します　日曜日を赤色で表示します。
時刻　　計測時刻を表示します。
最高/最低/脈拍　最高血圧(mmHg) / 最低血圧(mmHg) / 脈拍数(拍／分)
体重　　体重を表示します。 (オプションで変更されます)
チェック　　服薬,運動有無などを表示します。リスト下のチェック項目に対応しています。
コメント　　コメントを表示します。

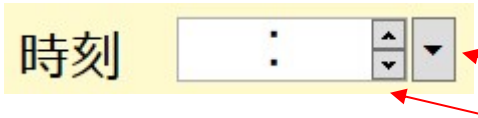
2.4 記入

記録表の［記入］ボタンで　計測データを入力します。

各項目はキーボードで入力ができ[Tab]キーで次の項目に移動します。

2.4.1 時刻

計測時刻を入力します。ボタンを押すとマウスで時刻入力ができます。

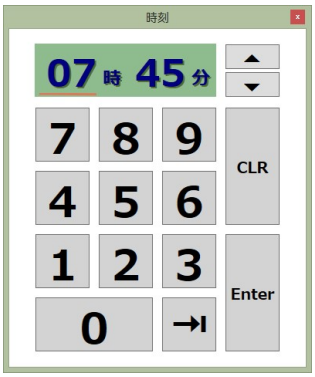


ダイアログボタン

UP･DOWN ボタン

UP･DOWN ボタン　入力がなければ　今の時刻を表示し 1 秒単位で増減します。

ダイアログボタン



マウスで入力します。

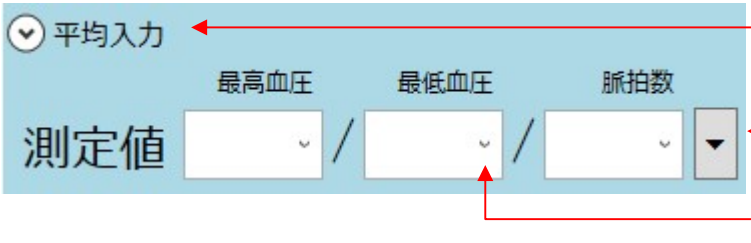
12 → 55 Ent　で入力します。

項目を選択して　▲▼でも入力できます。

入力ボックスが未入力の初期表示は現在の時刻を表示します。

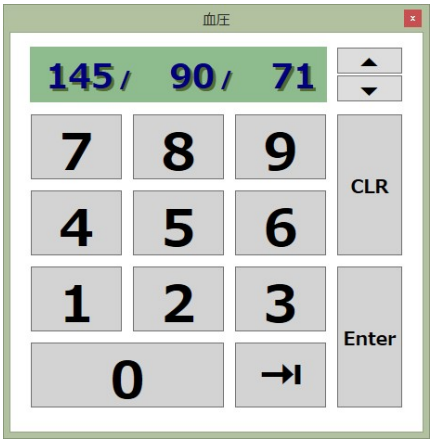
2.4.2 測定値

計測値を入力します。ボタンを押すとリストが表示されその中から選択できます。



ダイアログボタン

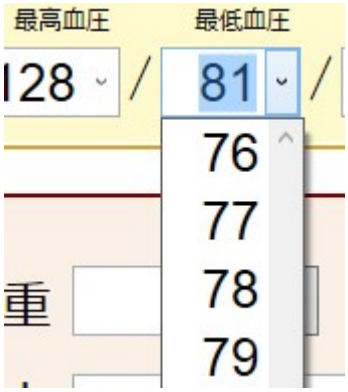
マウスで入力します



128 → 081 → 060 [Ent]で入力します。

項目を選択して [▲][▼]でも入力できます。

リストボタン



ボタンを押すとリストが表示されその中から選択します。

最高/最低/脈拍/体重で平均値又は目標値を表示し リストの中から選択できます。

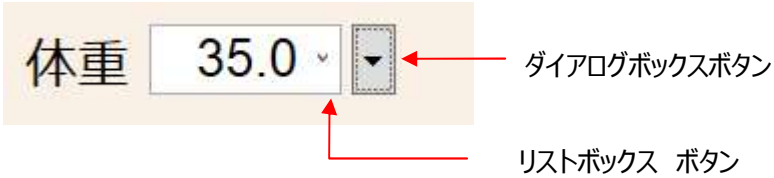
※　空白の場合は最新の入力を初期値として表示します。

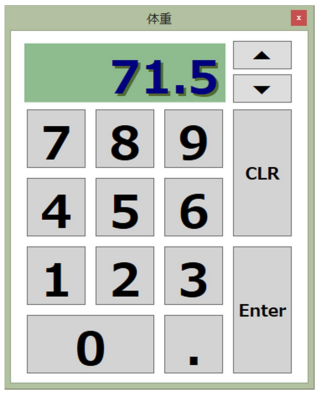
2.4.3 平均入力

平均入力ボタンを押すと入力エリアが表示されます。

入力された順に平均されます。

2.4.4 体重入力





マウスで入力します。

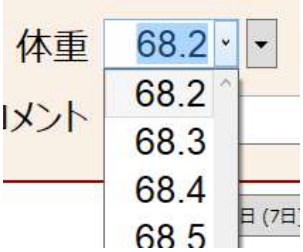
35.4 [Ent]

(0～150)まで

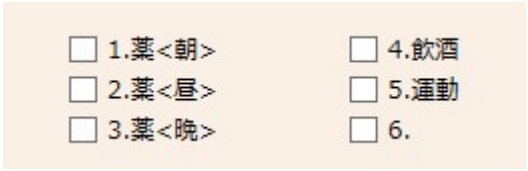
[▲][▼]でも入力できます。

リストボックス　ボタン

リストを表示しその中から選択できます。



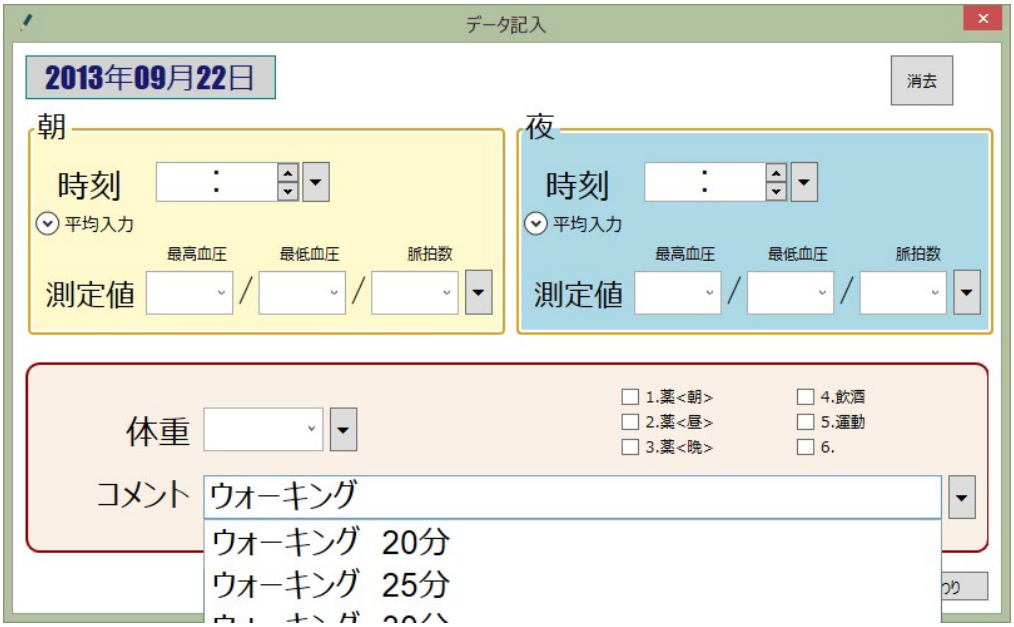
2.4.5 チェック項目



項目を選択します。
項目内容はオプションで自由に設定できます。

2.4.6 コメント

コメント入力ではオートコンプリート機能が使用できます。
文字を入力するとそれに関連した過去の入力を自動的にリストに表示します。
CSV 形式のため[”]ダブルクォーテーションは使えません。



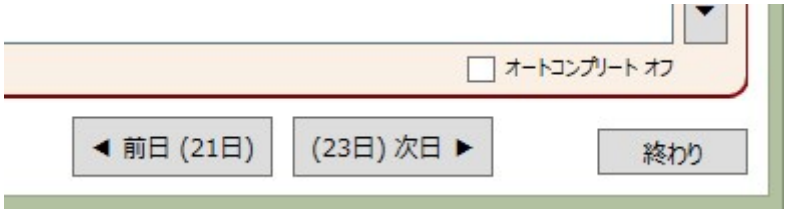
オートコンプリート機能はオフできます。

[▼]ボタン

過去一年間のコメントをあいうえを順に表示
その中から選択できます。

2.4.7 連続入力

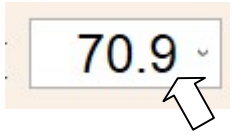
前日/次日　ボタンで　連続して入力できます。



[終わり]　ボタンで終了します。

2.4.8 マウスホイール入力

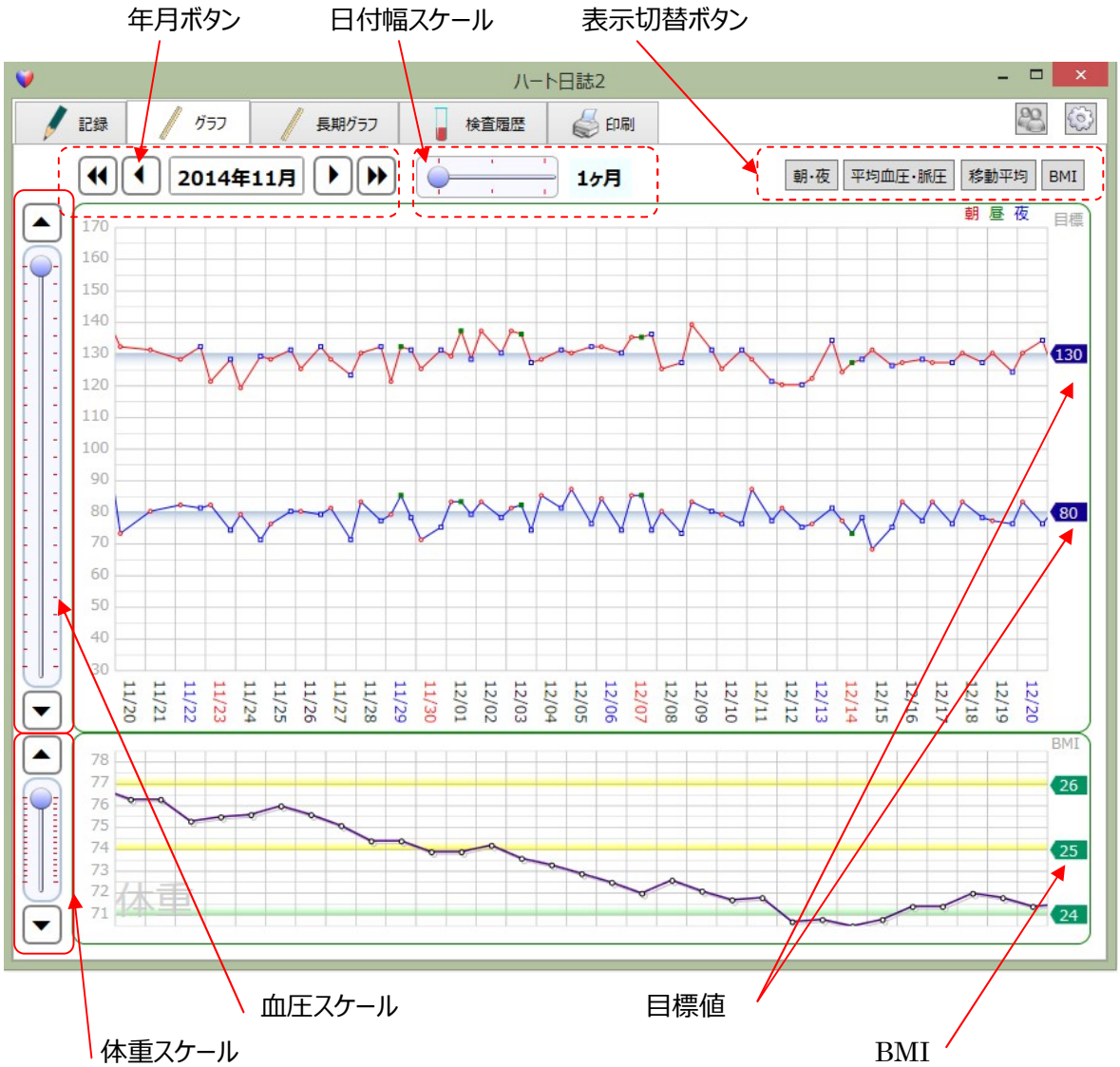
数値入力はホイール入力に対応しています。
入力位置を選択しホイールを回すことによって数値を変化させれられます。



マウスで入力項目を選択(クリック)して
ホイールを回します。

3.グラフ

計測表で入力されたデータを折れ線グラフで表示します。



3.1 年月ボタン

グラフを表示する年月を指定します。

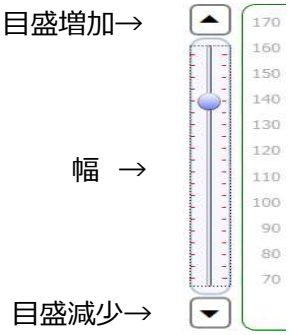
↑ 前月　↑ 前日　↑ グラフの先頭の月　↑ 次日　↑ 次月

3.2 日付幅スケール

表示期間を切替えます 31 日 / 62 日 / 93 日（約 1/2/3 か月）

3 か月は解像度が幅 1200dot 以上に適用してください。

3.3 血圧スケール

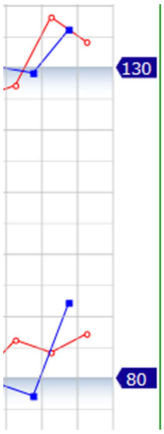


目盛(30-220mmHg)

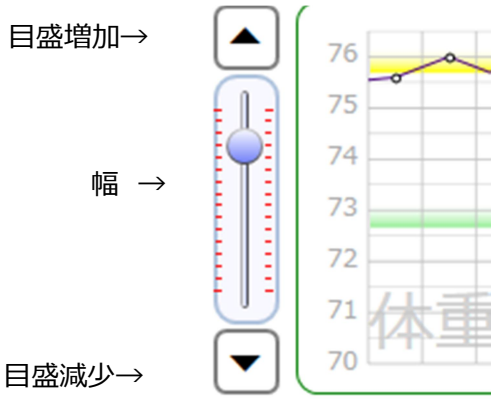
幅(25-140mmHg)

3.4 目標値

この値より低い値を目指すための目安とします。 オプションで指定します。



3.5 体重スケール

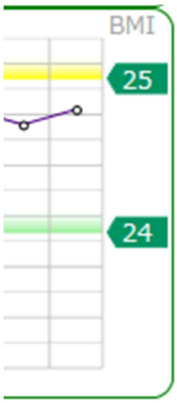


目盛(0 - 150)

幅(0.5 – 8kg)

3.6 BMI 表示

身長から計算して BMI をグラデーションで表示します。
オプション設定の身長から計算します。



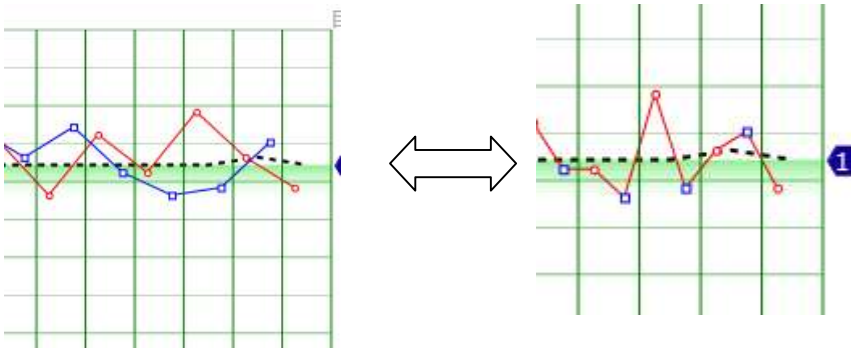
BMI によって色を変えています。

18.5 黄色
19 ~ 24 緑
25 ~ 29 黄色
30 ~ 34 オレンジ色
35 ~ 40 赤

お

3.7 表示切替ボタン

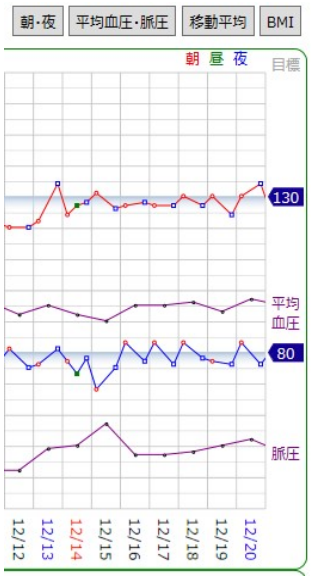
3.7.1 朝・夜 切替 ボタン



朝・夜 別線　　朝・夜 連続線

朝夜の線の表示を切り替えます。

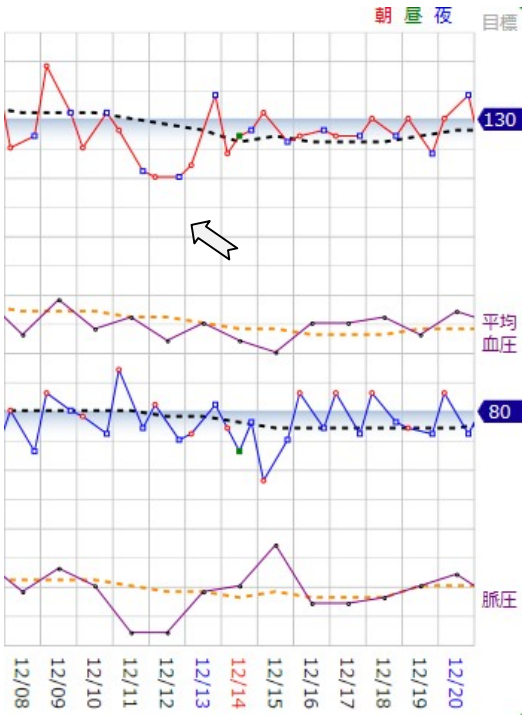
3.7.2 平均血圧･脈圧　切替　ボタン



ボタンを押すたびに

なし　→　平均血圧　→　脈圧　→　平均血圧+脈圧　の表示を順に繰り返します。

3.7.3 移動平均　切替　ボタン



平均血圧とは

平均血圧＝（上の血圧－下の血圧）÷3＋下の血圧

で求めます。

脈圧とは

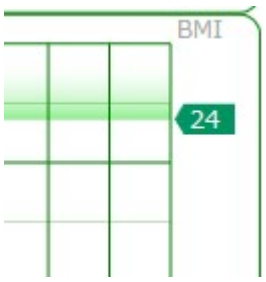
最高血圧-最低血圧の差です。

移動平均の表示/非表示を切り替えます。

移動平均(単純移動平均)とは　過去 1 週間の平均をとりグラフ化します。

大局的な流れを見るために使います。

3.7.4 BMI 切替 ボタン



BMI をグラデーションで表示します。

BMI とは

体重と身長の関係から人の肥満度を示す体格指数です
算出方法 BMI＝ 体重[kg] / (身長[m] × 身長[m])

日本肥満学会が決めた判定基準では、統計的にもっとも病気にかかりにくいＢＭＩ22 を標準とし、25 以上を肥満として、肥満度を４つの段階に分けています。
※BMI は成人以上に適応するもので、子どもには適応しません。

	ＢＭＩ
低体重(やせ)	18.5 未満
普通体重	18.5 以上 25 未満
肥満（1 度）	25 以上 30 未満
肥満（2 度）	30 以上 35 未満
肥満（3 度）	35 以上 40 未満
肥満（4 度）	40 以上

■肥満度の判定基準（日本肥満学会 2000）

3.7.5 詳細データ

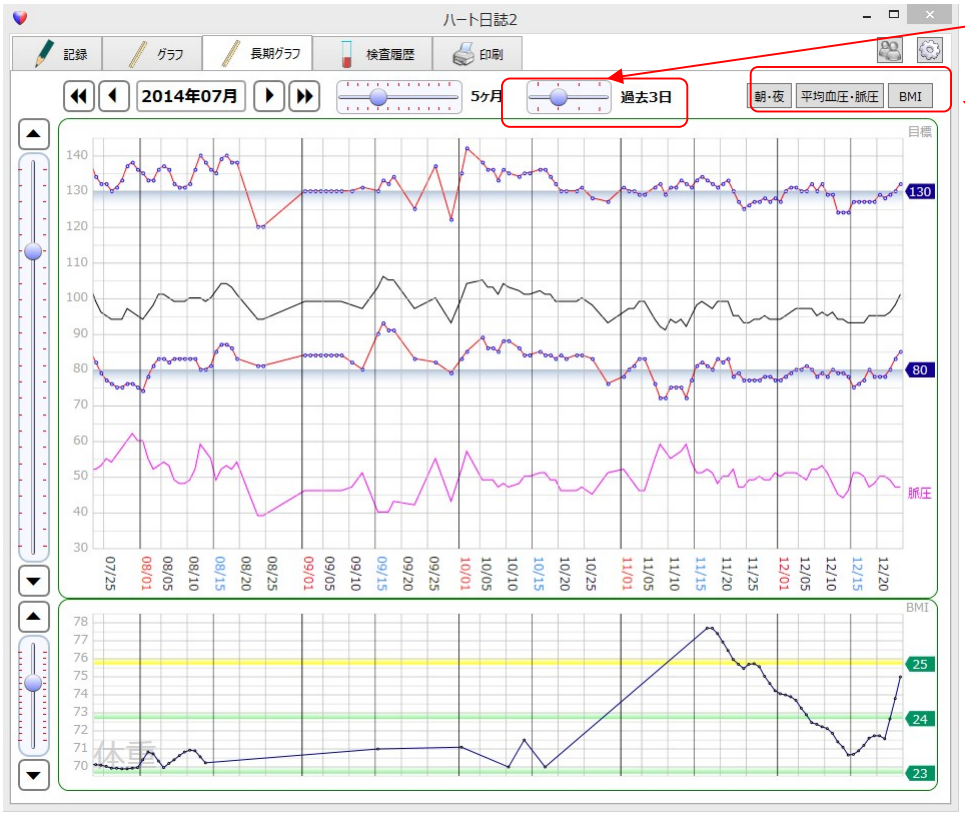
日付の位置にカーソルを持っていくと　詳細情報を表示することができます。

3.7.6 印刷との連動

計測印刷ではここで設定した値(期間以外を除く)を使用してグラフを印刷します。
印刷で見にくい場合こちらでの設定変更が必要になります。

4.長期グラフ

過去２～12 か月間のグラフを表示します。



基本操作はグラフと同じです。

4.1 移動平均の期間

移動平均の期間を 0 から 7 日間変化させます。
期間を長くするとグラフが平滑化され　なだらかになっていきます。

4.2 表示切替

平均血圧の脈圧の表示/非表示を切り替えます。

※　平均血圧とは

平均血圧＝（上の血圧－下の血圧）÷3＋下の血圧で求められます。

※　脈圧とは

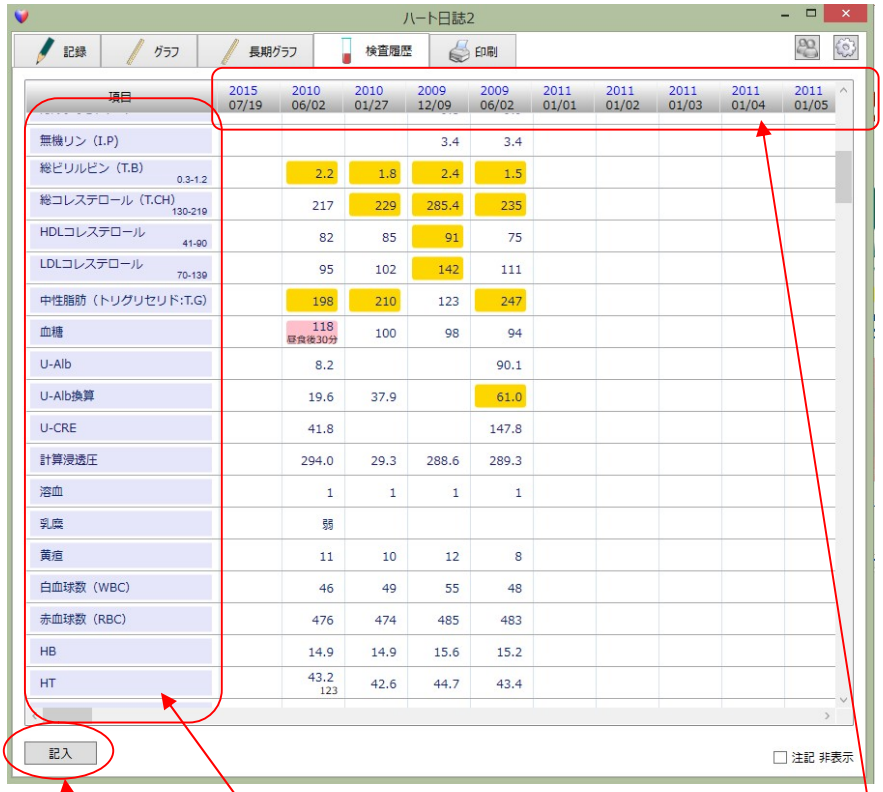
最高血圧-最低血圧の差です。

4.3 印刷連動

印刷時はこの画面の設定で印刷されます。

5.検査履歴

血液 / 尿検査の一覧表を作成します。



記入ボタン　　項目　　検査日時

記入ボタン　検査結果データを記入します。

項目　　検査の項目を表示します。

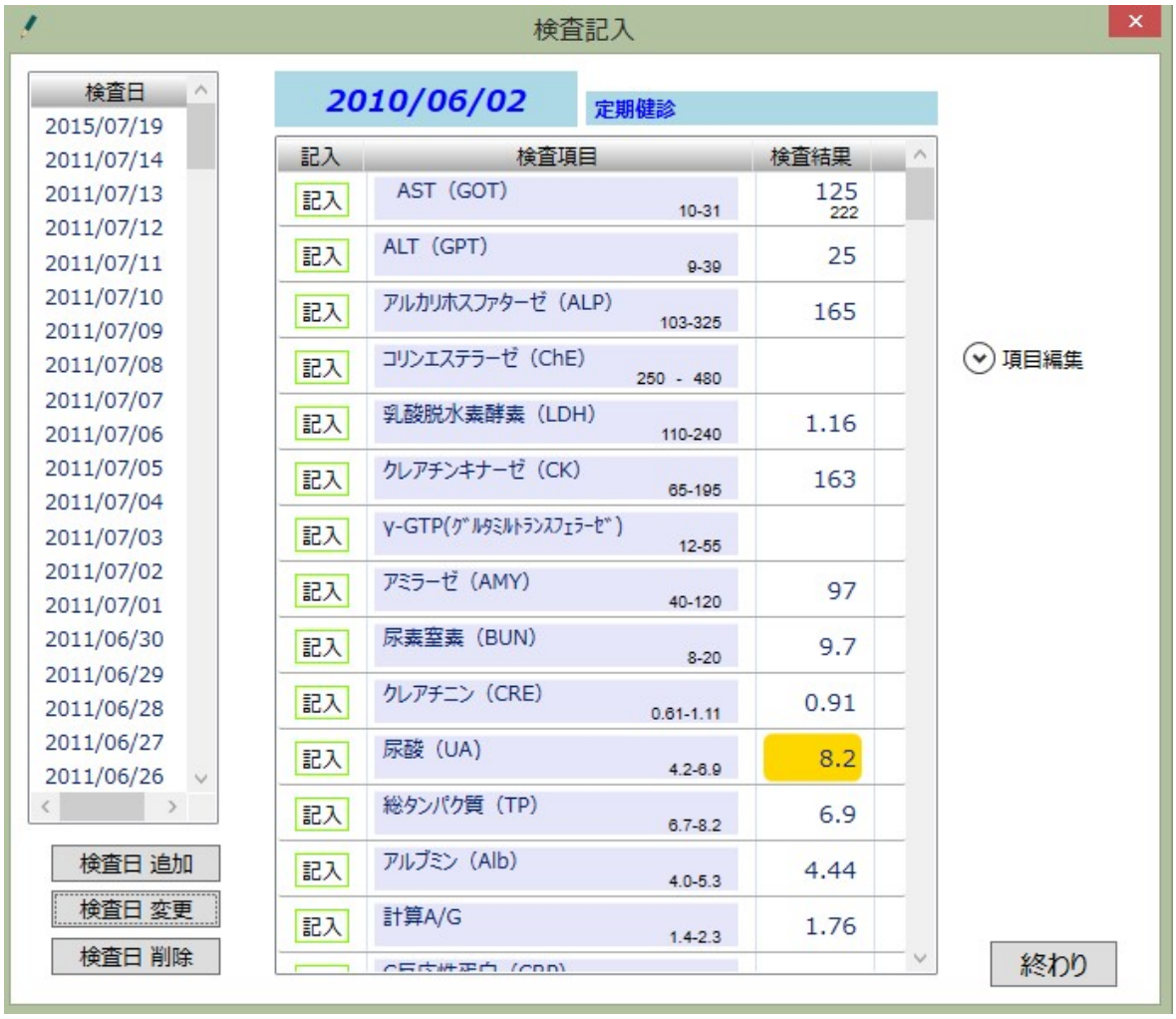
検査日時　登録したデータを新しいもの順に表示します。

項目の右クリック

項目を右クリックすることで項目名の編集するこができます。 5.1.4 参照

5.1 検査記入

検査結果を入力します。

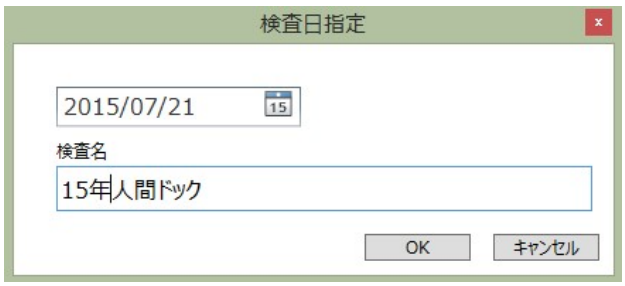


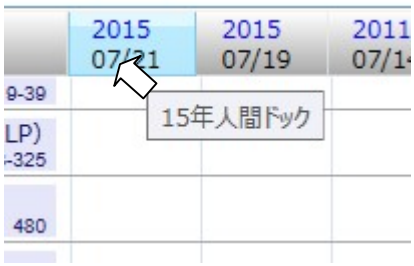
最初に検査結果(検査日)を登録します。

次に検査項目を編集しながらデータを追加していきます。

5.1.1 検査結果(検査日) 登録/削除

はじめに検査日を登録します。





検査名はリストの日付にカーソルを置くと表示します。

5.1.2 データ入力

行のダブルクリック
でも記入できます

記入ボタンをクリックするとデータ入力が開始できます。

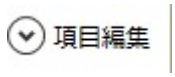
[-]/[+]/[±] は陰性/陽性/疑陽性
の判定記号です。

結果

注記

検査結果と色を入力します。結果は直接の入力と数値と陰・陽などは 10 キーでも入力できます。
CSV 形式のため[,]カンマ記号は使えません。
色はお好みで選択してください
[▲]/[▼]ボタンで項目を移動できます。

5.1.3 項目の編集



ボタンを押すと項目編集ボタンが表示されます。

項目上に移動します。

項目下に移動します。

新しい項目　登録します。

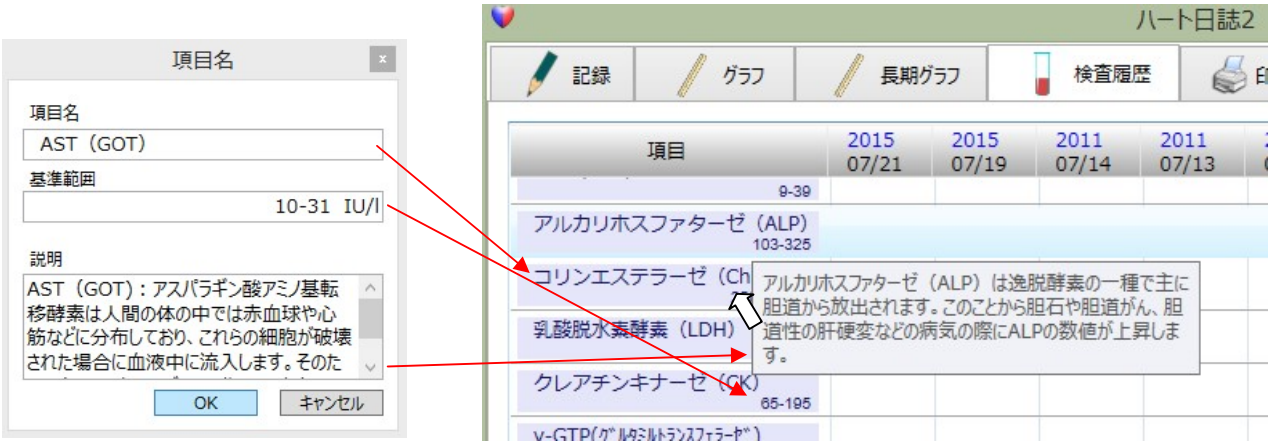
項目名を変更します。

項目を削除します。

(項目の編集が終わったら　閉じておきます。)

項目の右クリックでも同じことができます。

5.1.4 項目の設定



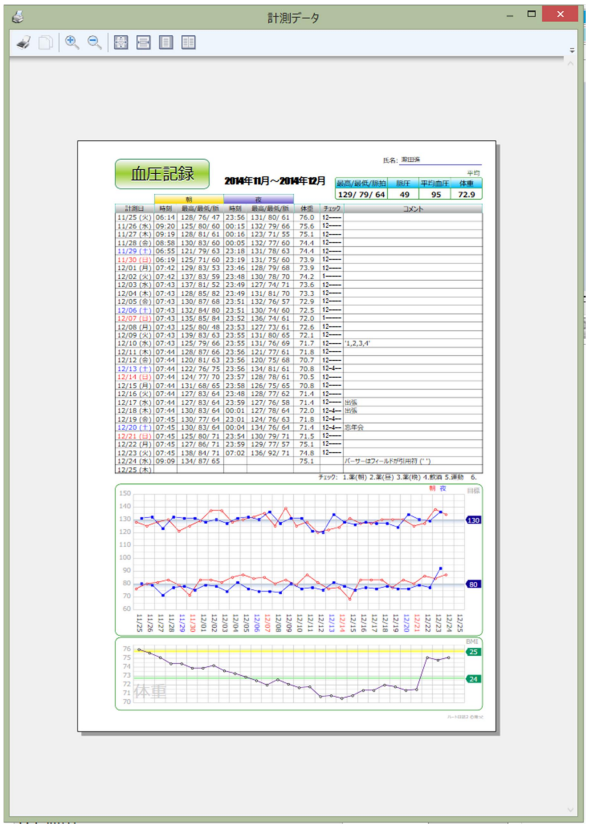
説明は項目に位置にカーソルを置くと表示されます。

6.印刷

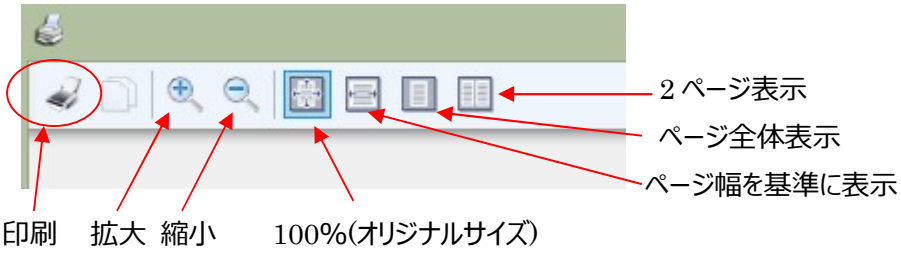
計測データと記録用紙を印刷します。

6.1 ドキュメントビューアー

印刷ボタンを押すとドキュメントビューアーが開き印刷内容を確認することができます。

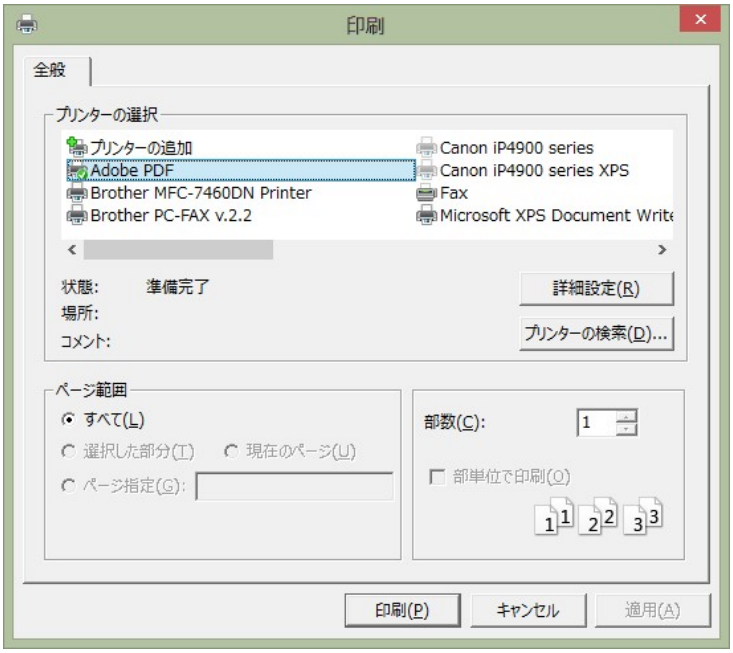


6.1.1 ツールバー

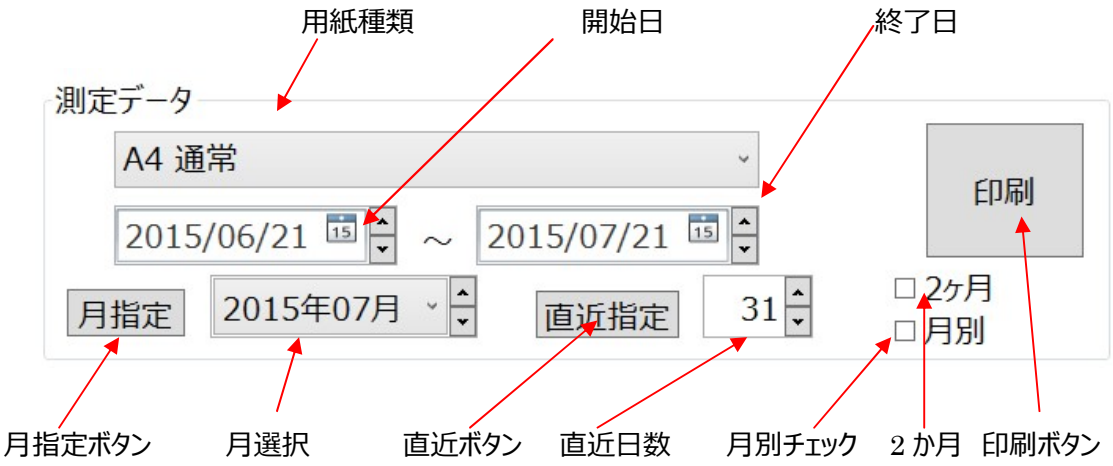


6.1.2 印刷ダイアログ

ドキュメントビューアーの印刷ボタンを押すと印刷ダイアログが表示されプリンターを選択して印刷します。



6.2 計測データ



用紙種類

A4 通常

B5 通常

A5 ポケット版　A4 用紙/2

B6 ポケット版　B5 用紙/2

開始日/終了日

印刷する開始日と終了日を設定します。

月指定ボタン

選択されている月データから開始日と終了日を設定します。

月選択

印刷したい月を選択します。選択すると開始日と終了日を設定します。

直近指定ボタン

指定されている直近日数から開始日と終了日を設定します。

直近日数

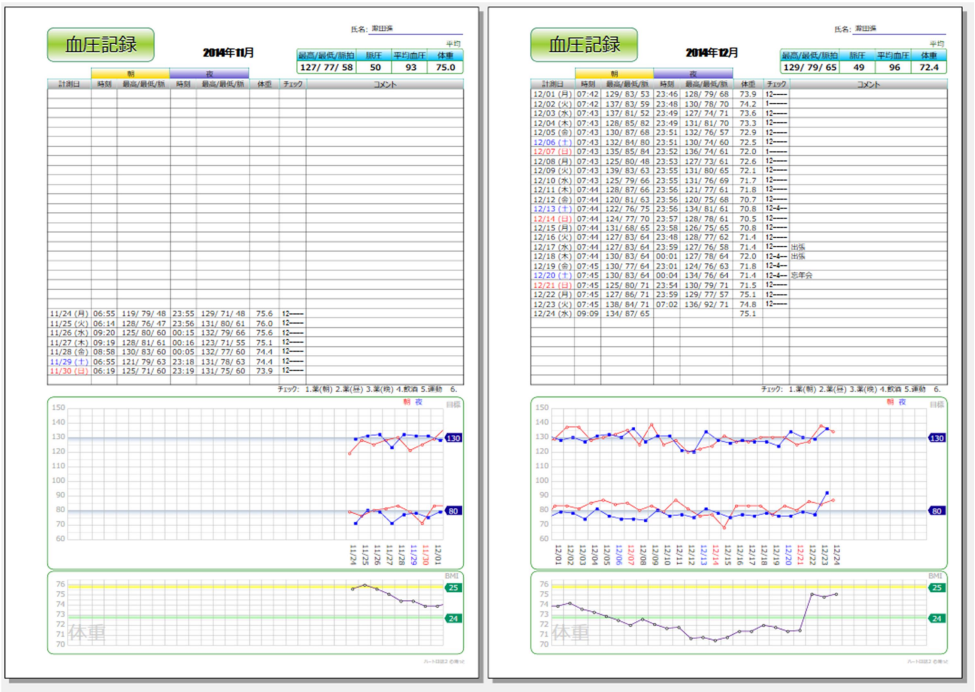
直近の日数を入力します。指定すると　開始日と終了日を設定します。

6.2.1 月別チェック

月ごとに 1 ページ印刷します。

6/15～7/15 日印刷する場合

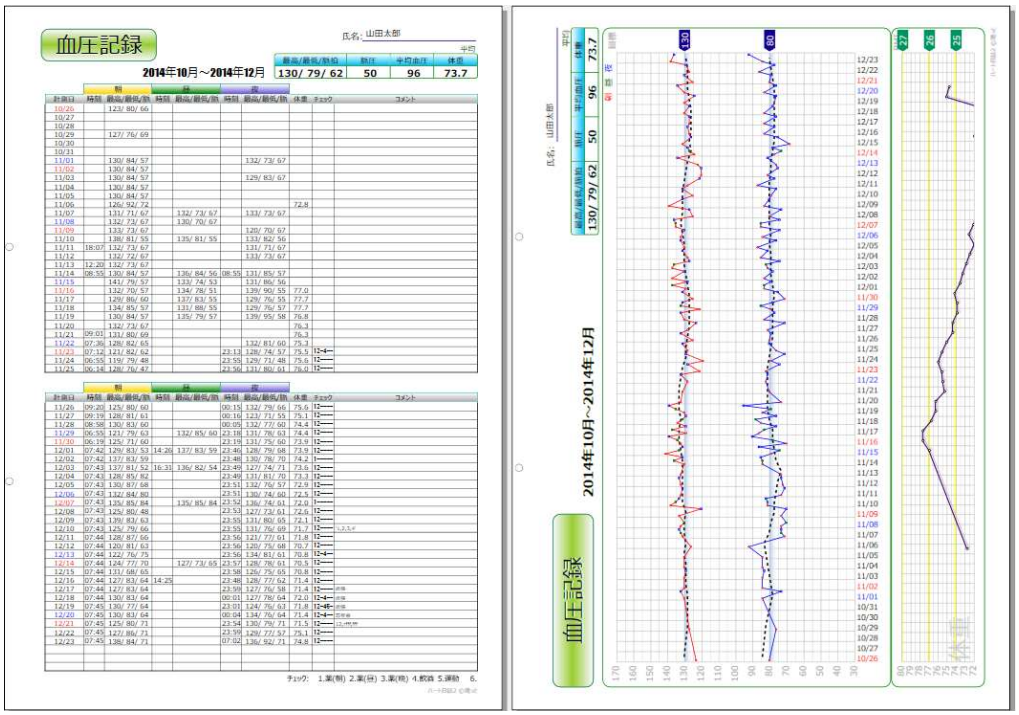
チェックなしなら 1 ページにおさまりますがチェックすると



月ごとに 2 ページ印刷されます。

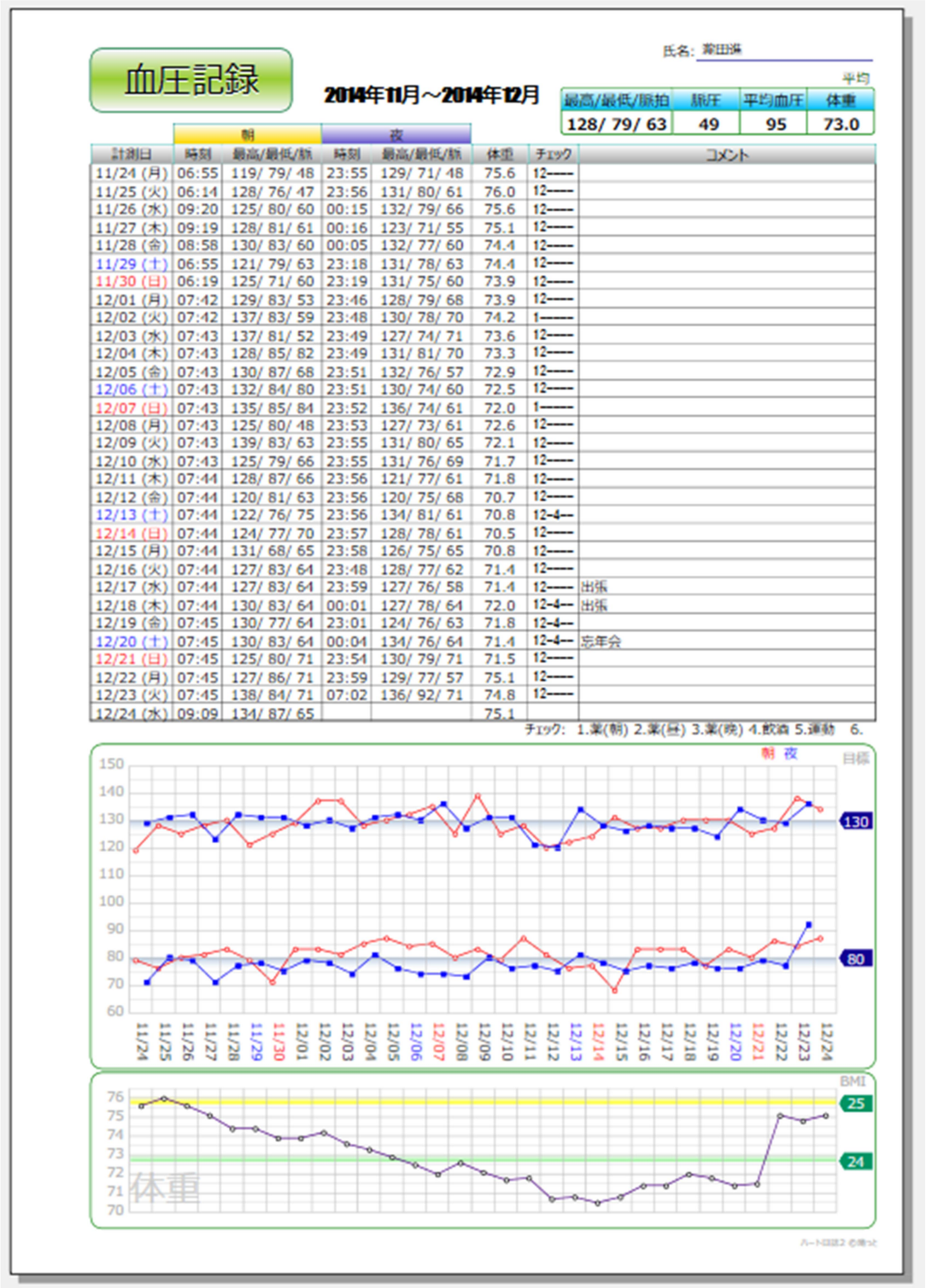
6.2.2　2ヶ月

最大 62 日分を 1 ページにして　記録とグラフを別々に印刷します。



6.2.3 計測データ 1　A4 通常/B5 通常

フォーマットは記入とグラフを合わせた形になります。



血圧記録

2014年11月～2014年12月

氏名: 菊田満

平均 最高/最低/脈拍	脈圧	平均血圧	体重
128/ 79/ 63	49	95	73.0

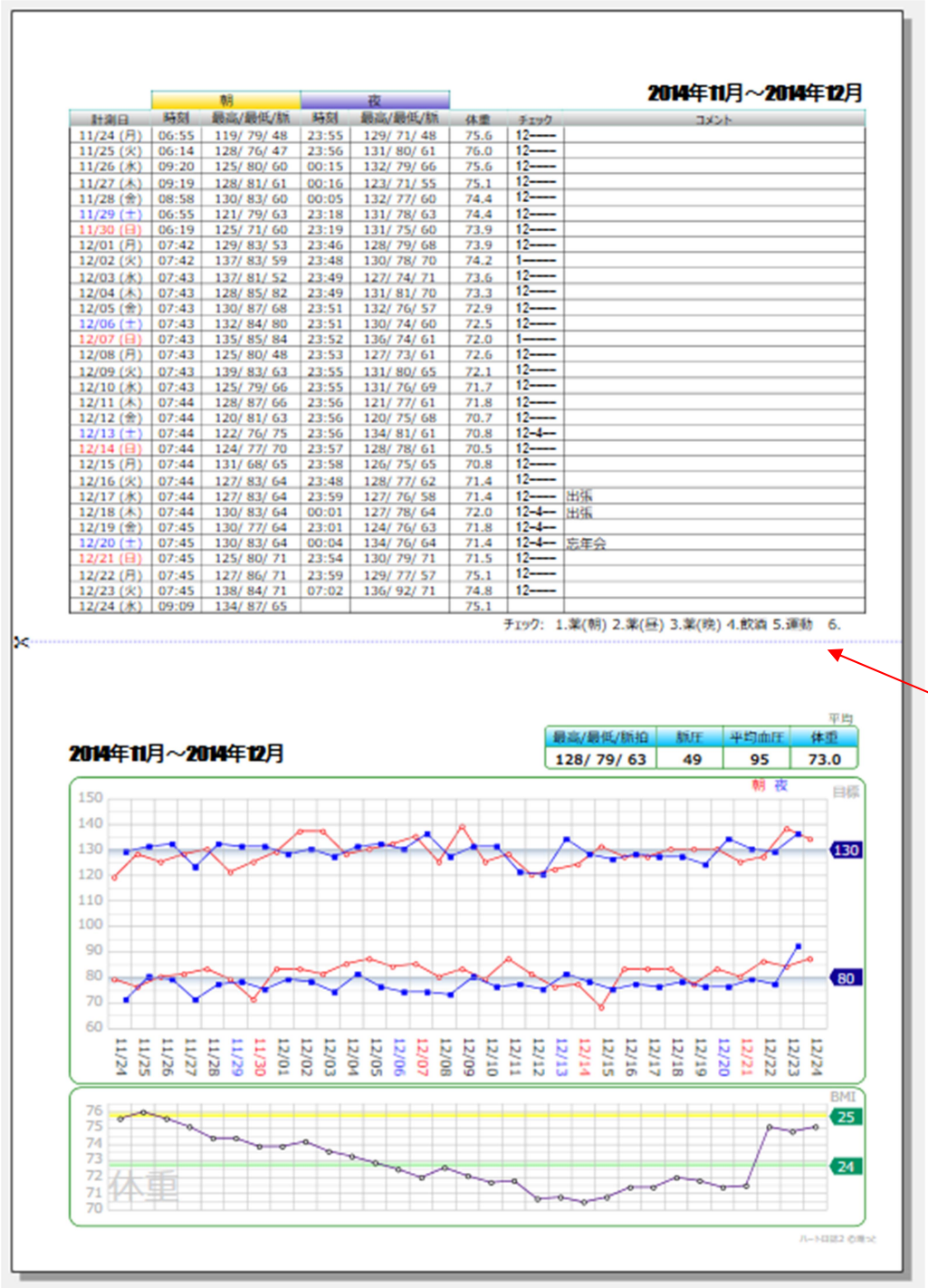
	朝		夜				
計測日	時刻	最高/最低/脈	時刻	最高/最低/脈	体重	チェック	コメント
11/24 (月)	06:55	119/ 79/ 48	23:55	129/ 71/ 48	75.6	12----	
11/25 (火)	06:14	128/ 76/ 47	23:56	131/ 80/ 61	76.0	12----	
11/26 (水)	09:20	125/ 80/ 60	00:15	132/ 79/ 66	75.6	12----	
11/27 (木)	09:19	128/ 81/ 61	00:16	123/ 71/ 55	75.1	12----	
11/28 (金)	08:58	130/ 83/ 60	00:05	132/ 77/ 60	74.4	12----	
11/29 (土)	06:55	121/ 79/ 63	23:18	131/ 78/ 63	74.4	12----	
11/30 (日)	06:19	125/ 71/ 60	23:19	131/ 75/ 60	73.9	12----	
12/01 (月)	07:42	129/ 83/ 53	23:46	128/ 79/ 68	73.9	12----	
12/02 (火)	07:42	137/ 83/ 59	23:48	130/ 78/ 70	74.2	1-----	
12/03 (水)	07:43	137/ 81/ 52	23:49	127/ 74/ 71	73.6	12----	
12/04 (木)	07:43	128/ 85/ 82	23:49	131/ 81/ 70	73.3	12----	
12/05 (金)	07:43	130/ 87/ 68	23:51	132/ 76/ 57	72.9	12----	
12/06 (土)	07:43	132/ 84/ 80	23:51	130/ 74/ 60	72.5	12----	
12/07 (日)	07:43	135/ 85/ 84	23:52	136/ 74/ 61	72.0	1-----	
12/08 (月)	07:43	125/ 80/ 48	23:53	127/ 73/ 61	72.6	12----	
12/09 (火)	07:43	139/ 83/ 63	23:55	131/ 80/ 65	72.1	12----	
12/10 (水)	07:43	125/ 79/ 66	23:55	131/ 76/ 69	71.7	12----	
12/11 (木)	07:44	128/ 87/ 66	23:56	121/ 77/ 61	71.8	12----	
12/12 (金)	07:44	120/ 81/ 63	23:56	120/ 75/ 68	70.7	12----	
12/13 (土)	07:44	122/ 76/ 75	23:56	134/ 81/ 61	70.8	12-4--	
12/14 (日)	07:44	124/ 77/ 70	23:57	128/ 78/ 61	70.5	12----	
12/15 (月)	07:44	131/ 68/ 65	23:58	126/ 75/ 65	70.8	12----	
12/16 (火)	07:44	127/ 83/ 64	23:48	128/ 77/ 62	71.4	12----	
12/17 (水)	07:44	127/ 83/ 64	23:59	127/ 76/ 58	71.4	12----	出張
12/18 (木)	07:44	130/ 83/ 64	00:01	127/ 78/ 64	72.0	12-4--	出張
12/19 (金)	07:45	130/ 77/ 64	23:01	124/ 76/ 63	71.8	12-4--	
12/20 (土)	07:45	130/ 83/ 64	00:04	134/ 76/ 64	71.4	12-4--	忘年会
12/21 (日)	07:45	125/ 80/ 71	23:54	130/ 79/ 71	71.5	12----	
12/22 (月)	07:45	127/ 86/ 71	23:59	129/ 77/ 57	75.1	12----	
12/23 (火)	07:45	138/ 84/ 71	07:02	136/ 92/ 71	74.8	12----	
12/24 (水)	09:09	134/ 87/ 65			75.1		

チェック: 1.薬(朝) 2.薬(昼) 3.薬(晩) 4.飲酒 5.運動 6.

印刷グラフのレンジ/朝晩/移動平均などはグラフと同じ形式になります。

6.2.4 計測データ 2 ポケット版

A4、B5 の用紙に印刷し　半分に切り分け A5,B6 としてバインダに閉じて利用します。



2014年11月～2014年12月

計測日	朝 時刻	朝 最高/最低/脈	夜 時刻	夜 最高/最低/脈	体重	チェック	コメント
11/24 (月)	06:55	119/ 79/ 48	23:55	129/ 71/ 48	75.6	12——	
11/25 (火)	06:14	128/ 76/ 47	23:56	131/ 80/ 61	76.0	12——	
11/26 (水)	09:20	125/ 80/ 60	00:15	132/ 79/ 66	75.6	12——	
11/27 (木)	09:19	128/ 81/ 61	00:16	123/ 71/ 55	75.1	12——	
11/28 (金)	08:58	130/ 83/ 60	00:05	132/ 77/ 60	74.4	12——	
11/29 (土)	06:55	121/ 79/ 63	23:18	131/ 78/ 63	74.4	12——	
11/30 (日)	06:19	125/ 71/ 60	23:19	131/ 75/ 60	73.9	12——	
12/01 (月)	07:42	129/ 83/ 53	23:46	128/ 79/ 68	73.9	12——	
12/02 (火)	07:42	137/ 83/ 59	23:48	130/ 78/ 70	74.2	1——	
12/03 (水)	07:43	137/ 81/ 52	23:49	127/ 74/ 71	73.6	12——	
12/04 (木)	07:43	128/ 85/ 82	23:49	131/ 81/ 70	73.3	12——	
12/05 (金)	07:43	130/ 87/ 68	23:51	132/ 76/ 57	72.9	12——	
12/06 (土)	07:43	132/ 84/ 80	23:51	130/ 74/ 60	72.5	12——	
12/07 (日)	07:43	135/ 85/ 84	23:52	136/ 74/ 61	72.0	1——	
12/08 (月)	07:43	125/ 80/ 48	23:53	127/ 73/ 61	72.6	12——	
12/09 (火)	07:43	139/ 83/ 63	23:55	131/ 80/ 65	72.1	12——	
12/10 (水)	07:43	125/ 79/ 66	23:55	131/ 76/ 69	71.7	12——	
12/11 (木)	07:44	128/ 87/ 66	23:56	121/ 77/ 61	71.8	12——	
12/12 (金)	07:44	120/ 81/ 63	23:56	120/ 75/ 68	70.7	12——	
12/13 (土)	07:44	122/ 76/ 75	23:56	134/ 81/ 61	70.8	12—4—	
12/14 (日)	07:44	124/ 77/ 70	23:57	128/ 78/ 61	70.5	12——	
12/15 (月)	07:44	131/ 68/ 65	23:58	126/ 75/ 65	70.8	12——	
12/16 (火)	07:44	127/ 83/ 64	23:48	128/ 77/ 62	71.4	12——	
12/17 (水)	07:44	127/ 83/ 64	23:59	127/ 76/ 58	71.4	12——	出張
12/18 (木)	07:44	130/ 83/ 64	00:01	127/ 78/ 64	72.0	12—4—	出張
12/19 (金)	07:45	130/ 77/ 64	23:01	124/ 76/ 63	71.8	12—4—	
12/20 (土)	07:45	130/ 83/ 64	00:04	134/ 76/ 64	71.4	12—4—	忘年会
12/21 (日)	07:45	125/ 80/ 71	23:54	130/ 79/ 71	71.5	12——	
12/22 (月)	07:45	127/ 86/ 71	23:59	129/ 77/ 57	75.1	12——	
12/23 (火)	07:45	138/ 84/ 71	07:02	136/ 92/ 71	74.8	12——	
12/24 (水)	09:09	134/ 87/ 65			75.1		

チェック: 1.薬(朝) 2.薬(昼) 3.薬(晩) 4.飲酒 5.運動 6.

切取線

2014年11月～2014年12月

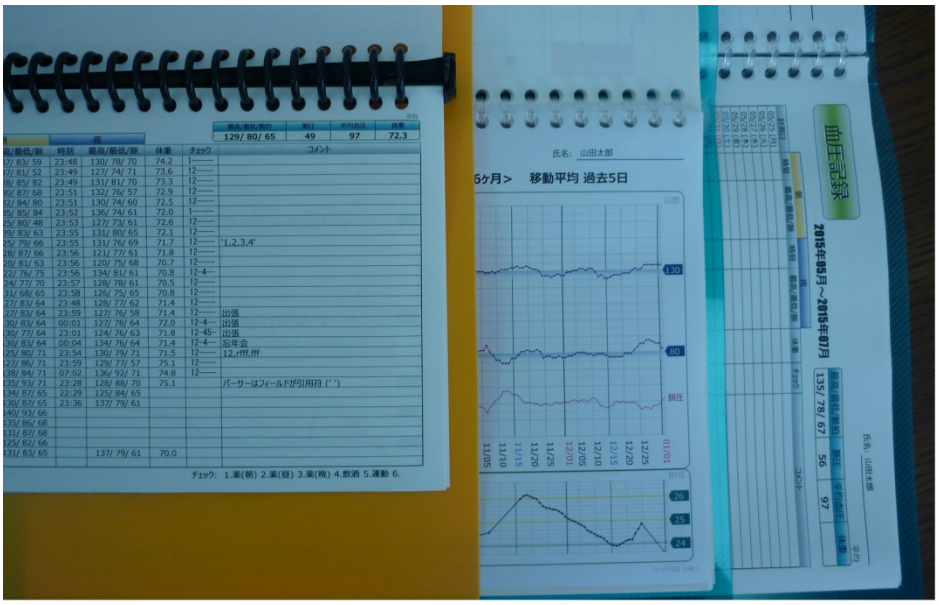
平均 最高/最低/脈拍	脈圧	平均血圧	体重
128/ 79/ 63	49	95	73.0

切取り線が中央に来ない場合　微調整で±5mm まで設定できます。

印刷データはフラットファイルやルーズリーフフォルダーに綴じることを前提に作成しています。

バインダーサイズは A5-S(A5 縦) / B6-S (B6 縦)

上の写真はフラットファイルになります。



フォルダー 印刷後にパンチで穴をあけて綴じます。

フォルダーは１００円から

穴あけパンチは A4／30 穴、B5／26 穴や A5/20 穴など 2500 円ぐらいから

6.3 長期グラフ

用紙種類

A4 通常

B5 通常

A5 ポケット版　A4 用紙/2

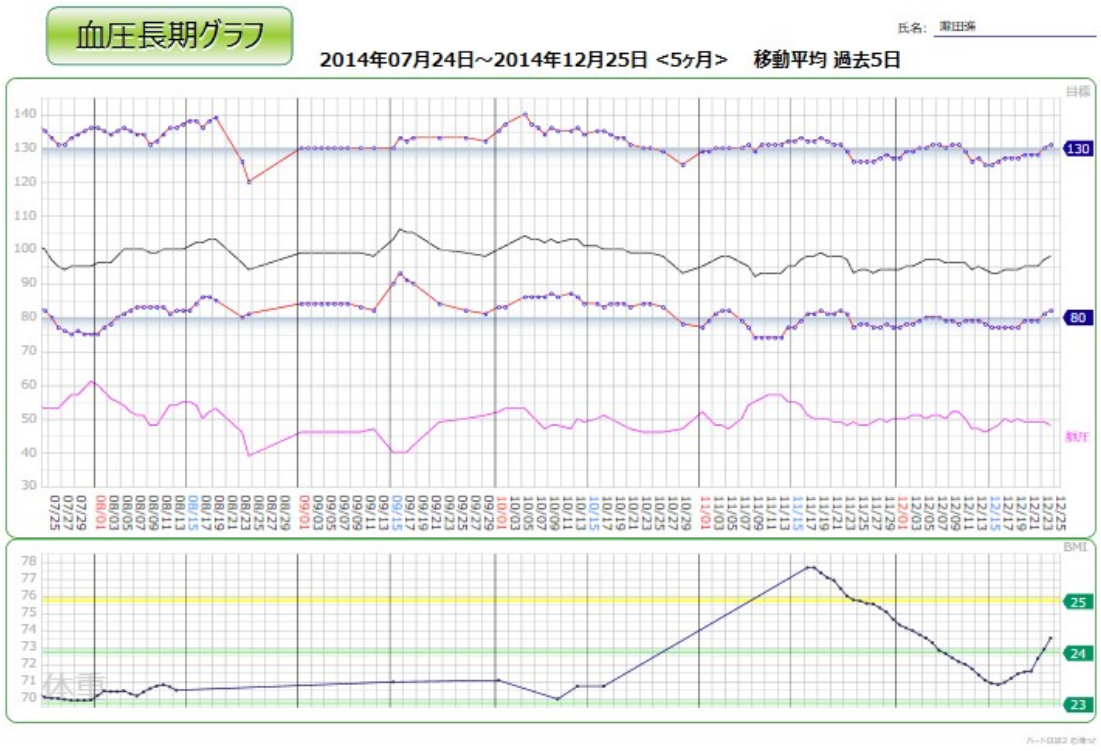
B6 ポケット版　B5 用紙/2

設定値の表示

開始日～終了日　<期間>　移動平均　日数

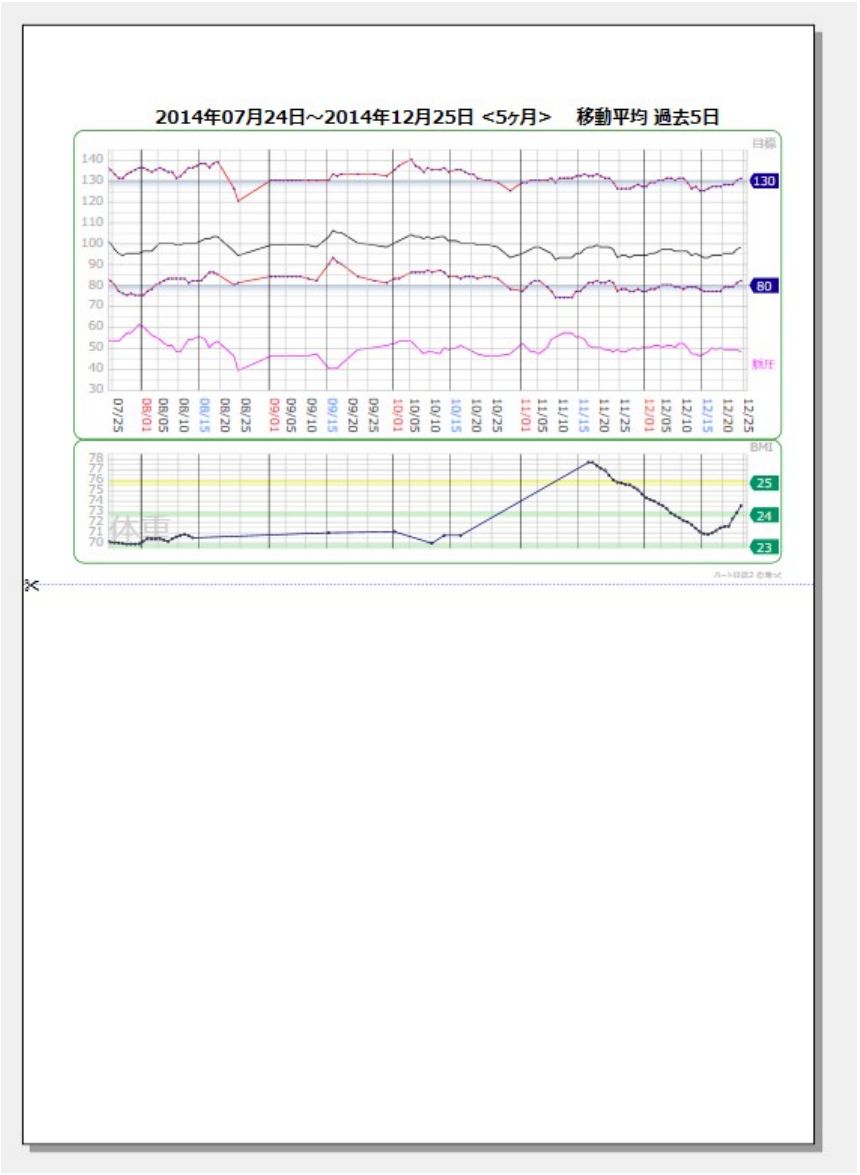
長期グラフタブで設定した値を表示します。

6.3.1　A4/B5 通常



A4 横に印刷します。

6.3.2 ポケット版



A4/B5 縦の各上半分に印刷します。

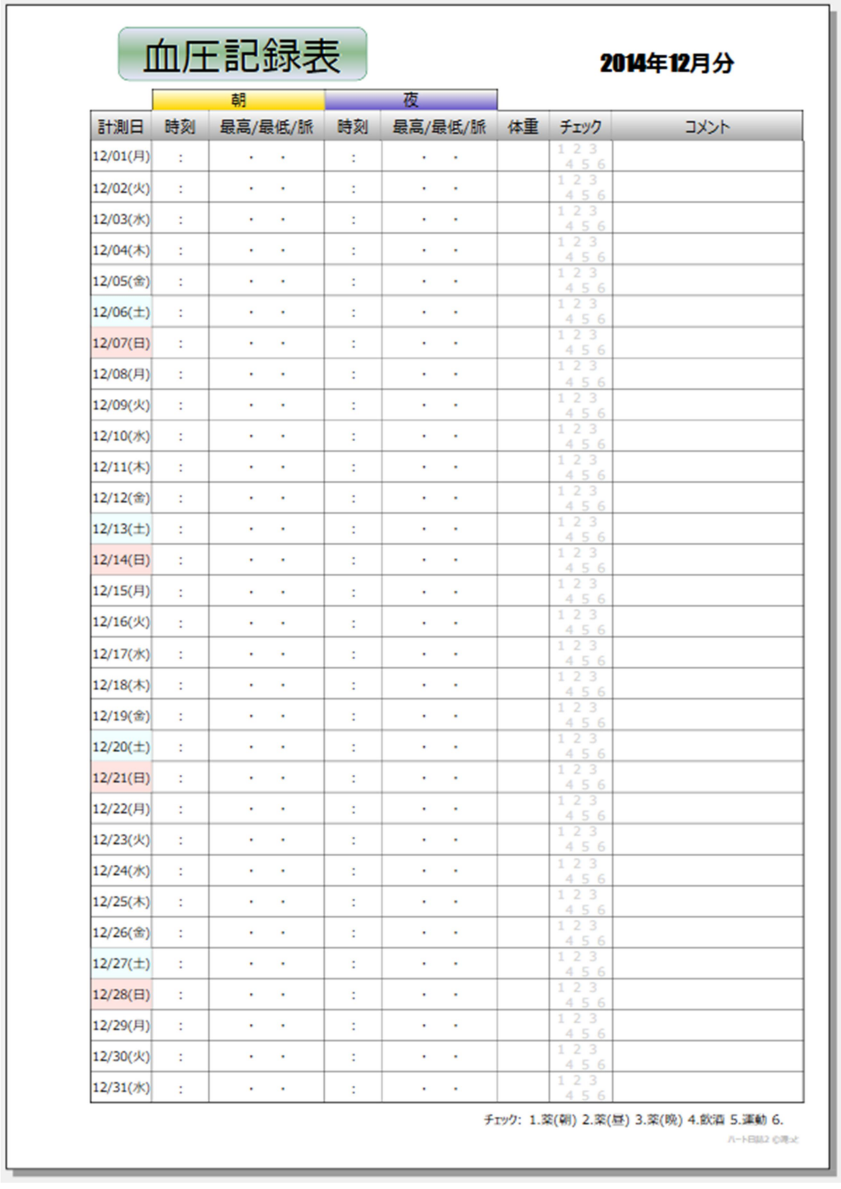
6.4　記録用紙印刷

まとめてパソコンに入力する場合にメモしておく用紙です。

印刷したい年月日を選択します。　　1 回 A4 / 1 回 B5 / 3 回選択　　印刷ボタン

データの記録用紙を日付つきで今月の　±1 年分の日付を印刷できます。

6.4.1 用紙 1　1 回計測　A4 用紙



血圧記録表　　2014年12月分

	朝		夜				
計測日	時刻	最高/最低/脈	時刻	最高/最低/脈	体重	チェック	コメント
12/01(月)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/02(火)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/03(水)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/04(木)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/05(金)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/06(土)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/07(日)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/08(月)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/09(火)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/10(水)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/11(木)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/12(金)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/13(土)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/14(日)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/15(月)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/16(火)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/17(水)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/18(木)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/19(金)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/20(土)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/21(日)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/22(月)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/23(火)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/24(水)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/25(木)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/26(金)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/27(土)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/28(日)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/29(月)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/30(火)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	
12/31(水)	:	・ ・	:	・ ・		1 2 3 4 5 6	

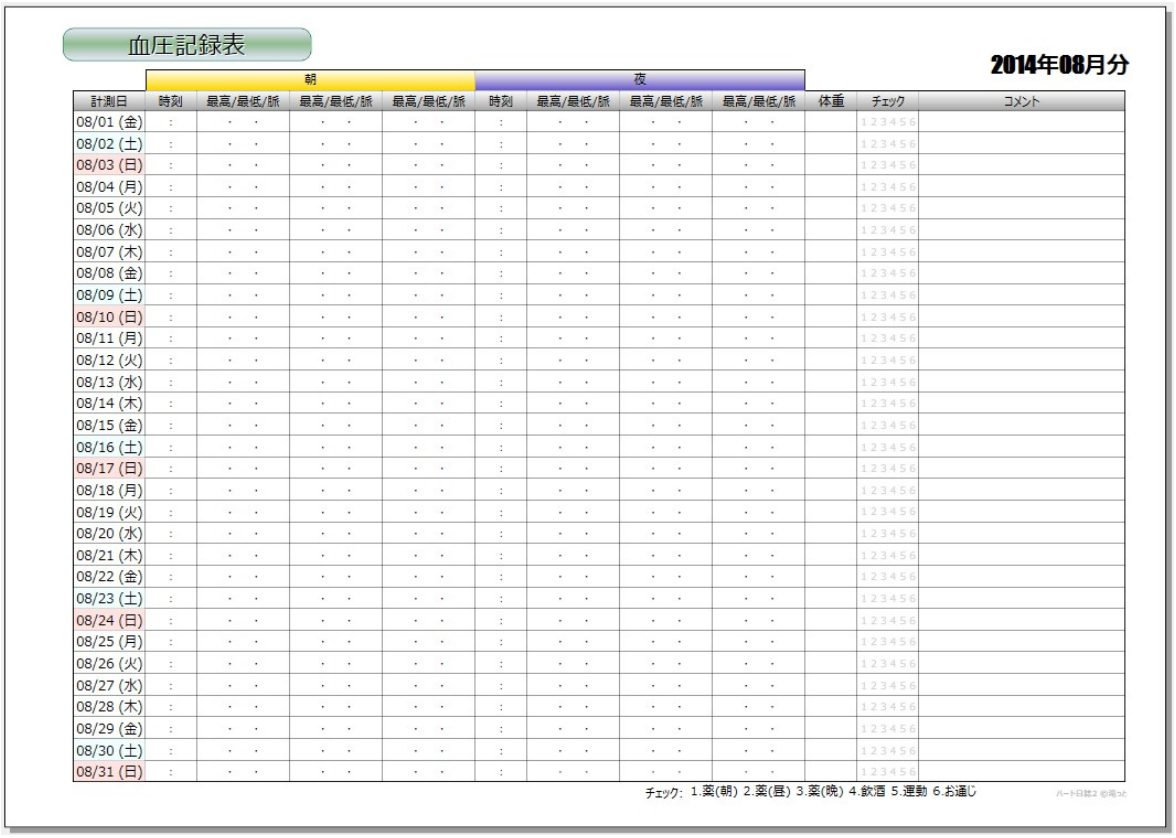
チェック: 1.薬(朝) 2.薬(昼) 3.薬(晩) 4.飲酒 5.運動 6.

6.4.2 用紙 2　1 回計測 B5 用紙

B5 サイズに一回計測と同じ印刷を行います。

6.4.3　用紙 3　3 回計測

3 回分の記録をつけられます。



血圧記録表

2014年08月分

計測日	朝 時刻	朝 最高/最低/脈	朝 最高/最低/脈	朝 最高/最低/脈	夜 時刻	夜 最高/最低/脈	夜 最高/最低/脈	夜 最高/最低/脈	体重	チェック	コメント
08/01 (金)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/02 (土)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/03 (日)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/04 (月)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/05 (火)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/06 (水)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/07 (木)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/08 (金)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/09 (土)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/10 (日)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/11 (月)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/12 (火)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/13 (水)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/14 (木)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/15 (金)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/16 (土)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/17 (日)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/18 (月)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/19 (火)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/20 (水)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/21 (木)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/22 (金)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/23 (土)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/24 (日)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/25 (月)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/26 (火)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/27 (水)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/28 (木)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/29 (金)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/30 (土)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	
08/31 (日)	:	・ ・	・ ・	・ ・	:	・ ・	・ ・	・ ・		1 2 3 4 5 6	

チェック: 1.薬(朝) 2.薬(昼) 3.薬(晩) 4.飲酒 5.運動 6.お通じ

A4 横になります。

6.5 検査履歴印刷

用紙種類

A4 通常

B5 通常

A5 ポケット版 A4 用紙/2

B6 ポケット版 B5 用紙/2

A4 横

B5 横

昇順

検査日を古い順に並べます。

開始日

検査日の印刷開始日を選択します。

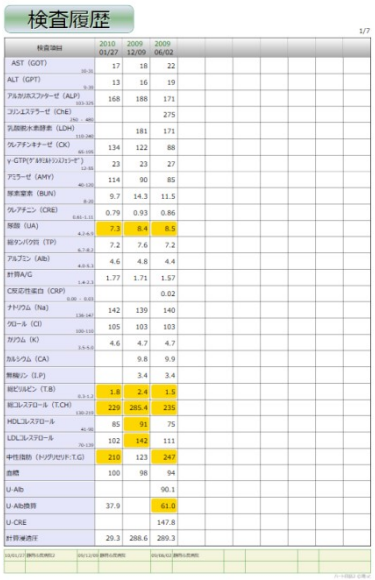
終了日

件数で指定される 印刷開始される最後の日を表示します。

検査件数

検査日から何件まで表示するかを選択します。最大 10 件(横の場合は 20 件)

検査年などでページを分けるときに指定します。



6.6 お薬手帳用紙印刷

用紙種類

A4 通常

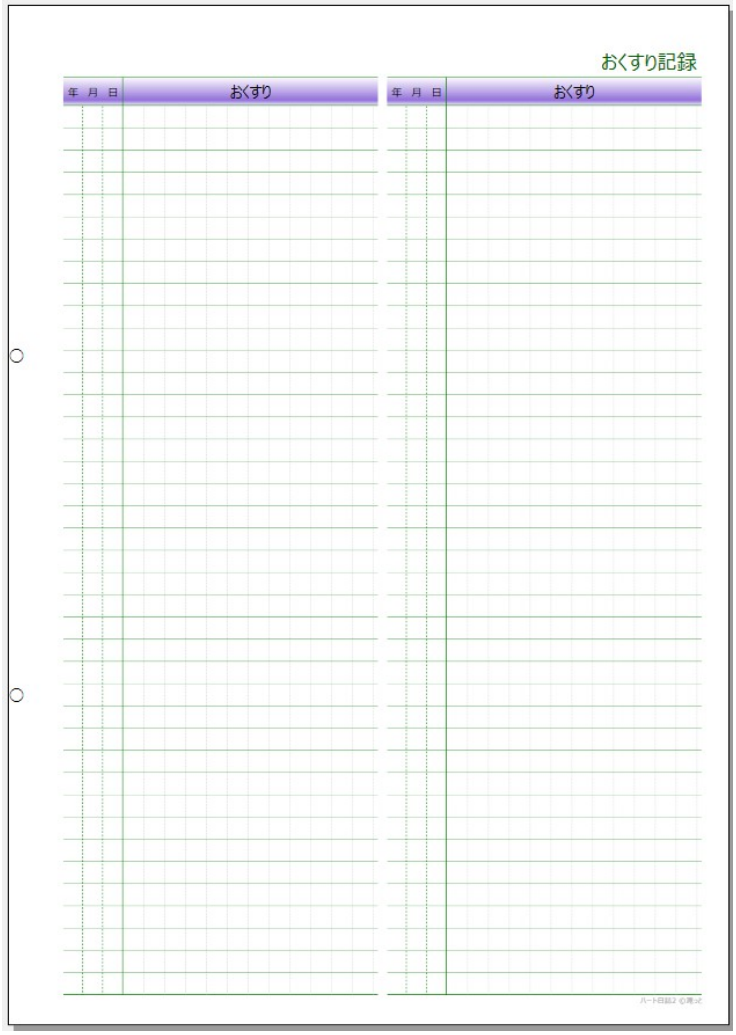
B5 通常

A5 ポケット版 A4 用紙/2

B6 ポケット版 B5 用紙/2

面

右面 / 左面 / 両面



6.6.1 本人情報など

本人情報などは各自ワープロなどで作成してくだい。

氏名　生年月日（年齢）性別　血液型
住所　電話番号
緊急時連絡先　続柄

病歴・既往症

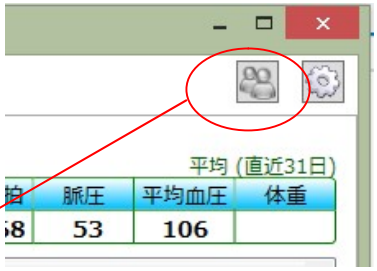
アレルギー　薬　/　食べ物

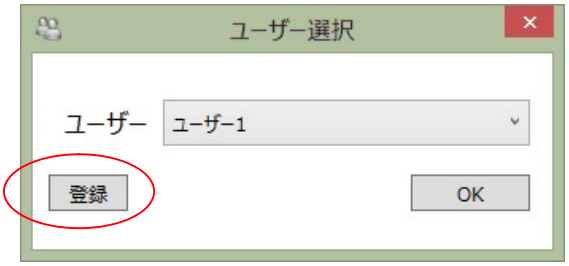
かかりつけ医，病院

など

7.ユーザー選択

家族など複数ユーザーで使う場合に利用します。

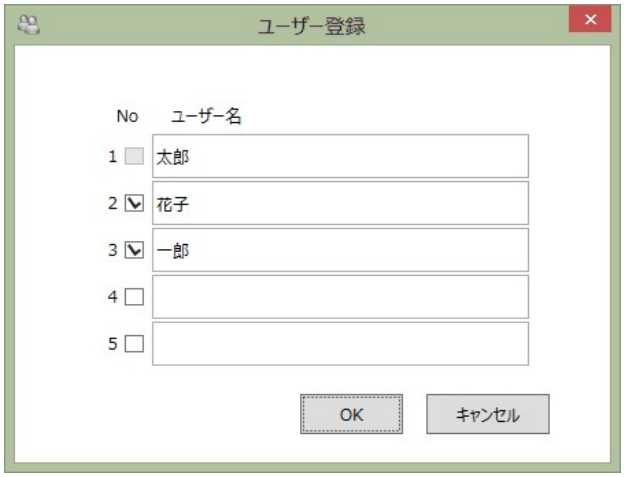




切り替えるユーザーを
リストから選択します。

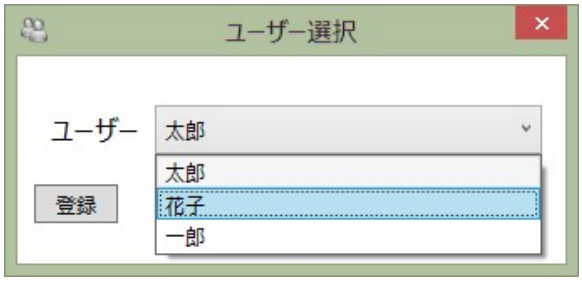
[登録]　ボタンでユーザー登録できます。起動時は[登録]ボタンは表示されません。

7.1 ユーザー登録

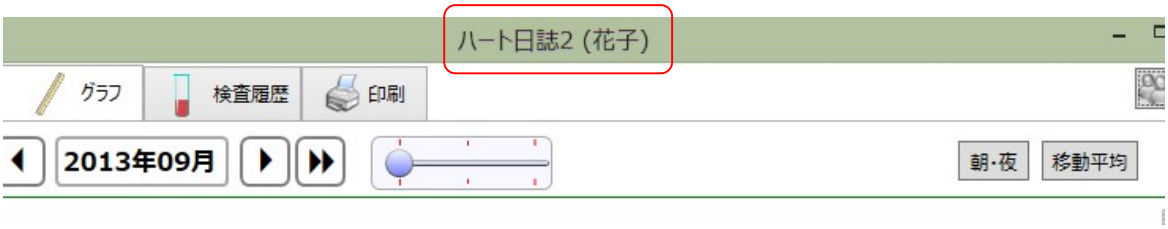


NO をチェックして名前を入力します。
ここでの名前は印刷されることはありません。

チェックを外しても　名前を変えても既に入力済みのデータは消えません。消したい場合は
マイドキュメント内の血圧データ 2¥user1-5¥　フォルダー内にあるデータをすべて削除してください。



ウィンドウのタイトルの位置の現在のユーザーが表示されます。



ユーザーが複数登録してある場合　起動時にもユーザー選択が表示されます。

8.オプション

各種の設定を行います。

8.1 ユーザー

8.1.1 目標値

目標値は年齢/性別/ガイドラインの変更などの条件によってかわります
医師と相談して決めてください。

最高血圧 / 最低血圧 / 脈拍数

8.1.2 印刷氏名

血圧記録リストに名前を印刷したいときにここに入力します。

氏名が追加されます

8.1.3 チェック項目名称

朝晩の服薬状況や毎日の運動など記入するための　項目名を設定します。

8.1.4 サブグラフ

メインの下の第２のグラフをサブグラフと呼び　心拍/体重/その他(体温など)の３から１つを選んで表示できます。

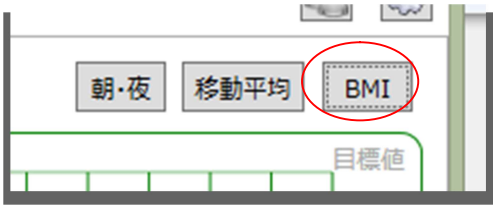
<心拍数>

心拍数を表示します

<体重>

BMI 表示

体重表示で[BMI]ボタンに表示に利用します。

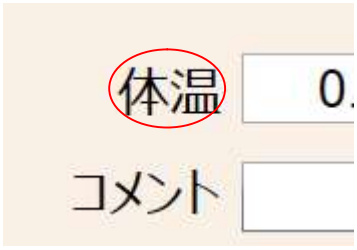


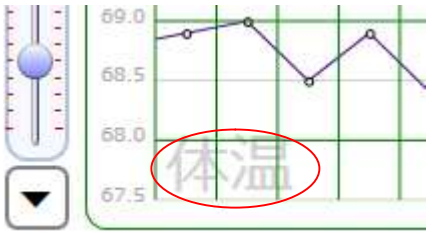
身長

BMI を計算するのに使います

<その他>　体重以外の利用

サブグラフを体重以外に利用する場合に名前を変更します。





0,0～150.0 までの数値なら体重以外でもグラフ化できます。

8.1.5 ウエイト日誌・連携

ウエイト日誌をご利用の方は体重をウエイト日誌からインポートできます。

[インポート]

ウエイト日誌のユーザーNO をリストから選択すると　記入画面に[インポート]　ボタンが表示されます。
このボタンで記入日の体重(その日の平均値)が設定されます。

8.1.6 計測回数

朝昼晩をチェックすると一日 3 回計測を管理することができるようになります。

記入リスト

		朝		昼		夜		
記入	日付	時刻	最高/最低/脈拍	時刻	最高/最低/脈拍	時刻	最高/最低/脈拍	体重
記入	12/01 (月)	07:42	129/ 83/ 53	14:26	137/ 83/ 59	23:46	128/ 79/ 68	73.9
記入	12/02 (火)	07:42	137/ 83/ 59			23:48	130/ 78/ 70	74.2

その他グラフや計測用紙なども 3 回に対応されます。

8.1.7 休日設定

有効にすると日付色をマゼンタ(ピンク)に変更することができるようになります。

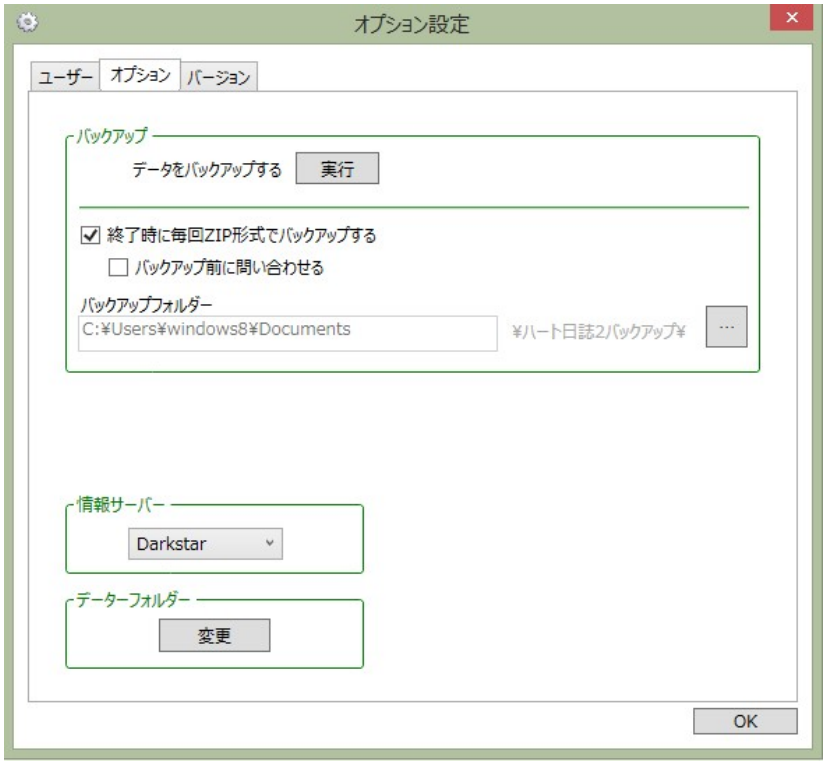
休日　日付表示をマゼンタにします。土曜/日曜もマゼンタになります。

平日　日付表示を黒にします。　土曜/日曜も黒になります。

無指定　日曜は赤　土曜は青になります。

指定した日付の色が変わります。

8.2 オプション

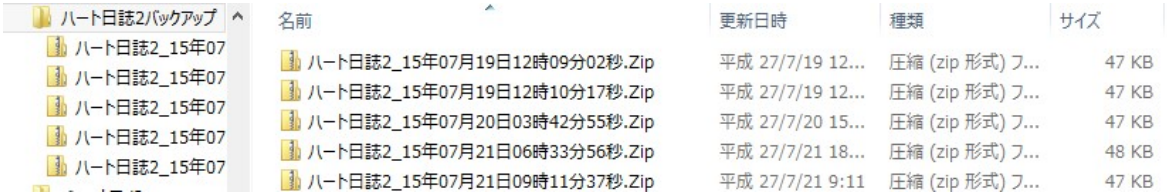


8.2.1 バックアップする

[実行]ボタンでバックアップできます。

8.2.2 終了後に毎回 ZIP 形式でバックアップする

☑ でアプリケーションを終了する前にデータを指定したフォルダーに自動的に保存します。



指定したフォルダーに 5 回分　血圧データ 2 の内容を ZIP 形式で保存します。

※　アプリを起動しても記入をしなければバックアップを行いません。

8.2.3 情報サーバー

情報データを 3 か所のサーバーに分散して保存しサーバーを選べます。

8.2.4 データ保存フォルダー

通常はマイドキュメント内にあるオリジナルの保存フォルダーを変更できます。

8.3 バージョン

バージョン情報を表示します。

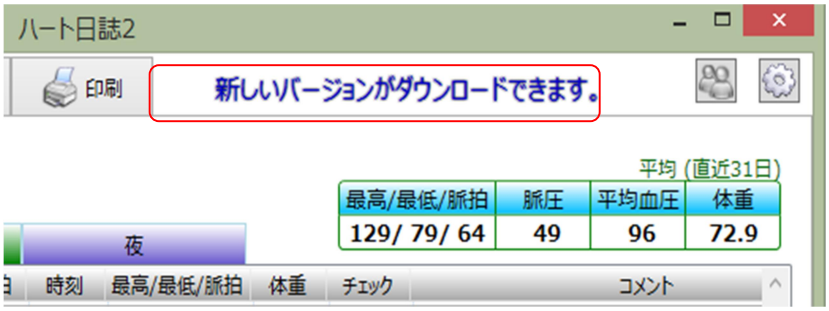
既読チェック

チェックすると　一度読んだメッセージを表示しません。 新しいメッセージを受信すると
チェックがはずれます。

9.その他

9.1 メッセージ

作者から利用者へのメッセージを　タブの横に表示します。



一時的に消した場合　右クリックして　表示指定をチェックします。

一度読んだメッセージを消したい場合はオプションバージョンの既読をチェックします。

既読は次の新しい別のメッセージがセットされるリセットされます。

既読にしてもバージョンタブにメッセージは表示されます。

タイトル　　ハート日誌2　取扱説明書

第四版　　2015年 8月 1日

第三版　　2015年 1月 5日

第二版　　2014年　8月15日

初版発効日　　2013年　10月1日

著作者 滝っと・有限会社フォーティ

©Copyright by Forty Co., Ltd. 2013-2015 All rights reserved